



14. Kristall-Marathon

Merkers / 16.02.2020

□□□□

Bogdahn, Philipp

□□: Hystem Extranjeros

□□: 15

□□: 9.75 km

10 km Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 48:08

□□: 12.15 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 220)

□□□□□/□: 28 (of 126)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 3(of 10)

□□□□□□□: 42:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	16:12	4:59	3	3:23	37	4:59	3.25	16:12	4:59	3	3:23	37	4:59	
□□ 2	3.25	16:05	4:56	3	1:55	25	16:04	6.50	32:17	4:58	3	5:07	36	14:56	
□□□ □□	3.25	15:51	4:52	2	2:07	19	3:39	9.75	48:08	4:56	3	5:49	28	12:38	